

特集

# 笑顔でしわを増やそう



住み慣れた地域で、自分らしく生き生きと暮らしたい……。それは、誰もが抱く共通の願いです。将来、すべての人がこの願いを叶えられる地域を築けたなら、とても幸せなことだと思いますか。人はみな必ず年老いていくもの。将来の不安が、その願いに影を落としてしまうこともあるでしょう。そんな時、ふと頭をよぎる「認知症」ということば……。人ごとではないと知りつつ、避けてしまいがちなテーマです。しかし、認知症であっても、その願いは同じはず。将来のために、ここで一緒に共通の課題について考えてみませんか。



【認知症】「脳や体の病気が原因で脳の働きが悪くなり、記憶や判断力などの障害が起り、生活するうえで支障が出ている状態」のこと。



「舞台上立つのは楽しい。喜んでもらえて、自分もうれしい」。昨日の施設慰問の話を、笑顔で振り返る大井秋子さん（73歳・金田）。「踊りは忘れんよね。新曲も覚えるからすごい」と娘の智恵美さん。「そりゃ月謝払いよんやけ、覚えなバカらしいが」すかさず返す母の言葉に笑い声が響きました。自宅では、デイサービスや趣味の舞踊教室の話など、ユーモアを交えたおしゃべりがはずむご家族です。

## さりげない心で輝く毎日

昨年亡くなった父が7年前に、3年前からは母が認知症と診断され、子どもの卒業を機に福岡市から福岡市に帰ってきた娘の智恵美さん。父や母が「認知症かもしれない」と気付いたのは、いずれも物忘れの症状からでした。以来「忘れていることを指摘したところで、どちらもいい気持ちにはならないから」と、気付かないところで母をサポートするよう心がけています。

「時には小さな言い争いから、つい口調が強くなることもあります。だから家では『笑顔』を大切に、いつも漫才みたいな会話で盛り上がっていますよ。そんな母に近所の方が声をかけ、地域や町の行事に誘ってくれる。とてもありがたいです」と智恵美さん。家の中の笑顔と外での活動が、秋子さんの表情をいっそう輝かせます。

## いつまでも自分らしく

「かつて父に徘徊の症状がありましたが『何かあったら連絡を』と知らせていたため、近所の協力のおかげで大事に至りませんでした。父の時も助けられましたし、母の認知症を隠すつもりはありません」と、地域の協力の大切さを実感する智恵美さん。母への連絡事項も智恵美さんに伝えるなど、周囲の心づかいは、いつしか生活の大きな支えとなってきました。

「人のおしゃべりも趣味もテレビも、今は何でも楽しい」と笑みを浮かべる秋子さん。少しの配慮やサポートがあれば、好きなことを住み慣れた環境で楽しむことができる……。いつまでも自分らしく生きる素晴らしさが、その笑顔に表れていました。

家での会話は、いつも漫才みたい。辛い日もあるけど笑顔が基本です。



↑「好きなことを好きなように、長く続けられたらいいね。お母さん、来年もまた旅行に行こうか」と娘の智恵美さん。↑「行ってやってもいいよ」と冗談を返す秋子さん。↓近所の子どもたちとのふれあひも、秋子さんの楽しみの一つです。



母・秋子さんは、洗濯や料理などいつもの家事を生き生きとこなし、元気に自転車をごいで商店街へ……。時には息子とゴルフに行くなど、それぞれの生活の場面を楽しみように毎日を送っています。